

Daugavpils 16.vidusskola
NEDĒĻAS ĒDIENKARTE
(22.01.2018.-26.01.2018.) Pamatēdieni (5.-12.kl.)

Pirmdiena 22.01.	Svars gr	Cena eur	Alerģēni	Olbalt	Tauki	Ogļh	Kcal
Makaroni ar liellopu gaļu	100/50		olas, kvieši				
Burkānu salāti	50						
Kakao	200		piens				
Cepumi	30		kvieši, olas, sviests				
Maize	10		rudzi, kvieši				
Mandarīns	50						
		1.42		29,4	30,7	110,7	851,6
Otrdiena 23.01.							
Biešu zupa/krējums	200/20		krējums				
Vistas kotlete	50		olas, kvieši				
Rīsi vārīti	100		sviests, piens				
Gurķi marinēti	15						
Apelsīnu kompots	200						
Maize	40		rudzi, kvieši				
Cepumi	15		olas, kvieši, sviests				
Bumbieris	50						
<i>Augļi un dārzeņi bezmaksas</i>	<i>100</i>	1.42		25,4	30,4	110,8	853,4
Trešdiena 24.01.							
Aknas sautētas	75/50		kvieši, sviests				
Kartupeļu biezenis	125		sviests, piens				
Biešu salāti	50						
Tēja	200						
Maize	25		kvieši, rudzi				
Pīrādziņš ar biezpienu	40		olas, kvieši, sviests, piens, biezpiens				
Mandarīns	40						
		1.42		26	32,8	110	871,4
Ceturtdiena 25.01.							
Pupiņu zupa ar krējumu	200/15/5		krējums				
Sacepums ar gaļu	120/25		olas, milti				
Burkānu salāti	50						
Kompots no rozīnēm	200						
Cepumi mājas	15		olas, sviests, kvieši				
Maize	10		kvieši, rudzi				
<i>Augļi un dārzeņi bezmaksas</i>	<i>100</i>	1.42		26,7	30	111,2	853,6
Piektdiena 26.01.							
Zivju kotlete	50		zivis, kvieši, olas				
Kartupeļu biezenis	125		sviests, piens				
Kāpostu salāti	50						
Tēja	200						
Maize	50		rudzi, kvieši				
Cepumi ar sieru	30		olas, sviests, kvieši, siers				
Bumbieris	45						
<i>Augļi un dārzeņi bezmaksas</i>	<i>100</i>	1.42		26,7	30,6	112,8	869,4
	Kopā:	7.10					
Pirmdien, trešdien, piektdien piens bezmaksas	<i>200g</i>						